

40～74歳で国民健康保険をお持ちの方へ 自分だけじゃない！家族を守るためにも 特定健診の受診を！



▶ まずは、自分の健康に気を付けることが大切！
特定健診で体のセルフチェック！

特定健診は自覚症状がほとんどない生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症など）を見つけるための健診です。これらの生活習慣病は心筋梗塞、脳卒中、慢性腎不全などの原因となります。40代・50代で早期発見するためには特定健診が非常に有効な手段となっています。

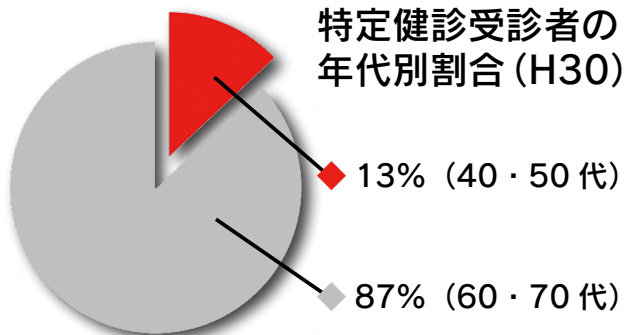
この機会にぜひ特定健診の受診をお願いします。

【特定健診実施日】

- ① 10月15日(火) 会場：ひまわりの里（要予約）
- ② 12月27日(金)までは、近隣の医療機関でも受診ができます。
詳しくは、医療介護保険係までお問合せください。

若くても安心は禁物！

桂 川町では、特に若い世代の特定健診受診率が低い現状があります。



▶ 毎年1回、継続して受けましょう！

特定健診は毎年受けることで、経年的にカラダの変化を知ること、病気を早期発見することにつながるため、要介護・寝たきり予防にもなります。

▶ 家族全員で健康づくり！

親世代が健康に気を付けることは、子どもの健康につながります。幼い頃から健康に気を付けて生活することは、今だけでなく将来の健康を守ることにつながります。また、健診を受ける時は、祖父母世代も誘って、みんなで健康を確認し合う機会にしてください。



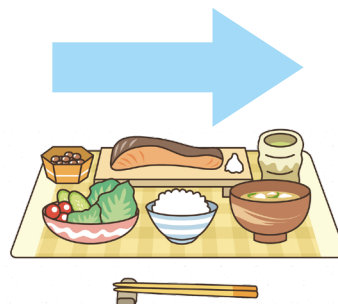
大人の生活習慣は、子どもに影響します！

母 親が朝食を食べていない家庭は、子どもも朝食を食べない傾向にあります。

【子どもの朝食状況】 ※ H27年度 3歳児健診アンケートより

◆ 8.7%の子どもが、「朝食を食べない・ときどき食べる」と回答

母親が朝食を食べる家庭の場合



◆ 29.5%の子どもが、「朝食を食べない・ときどき食べる」と回答

母親が朝食を食べない家庭の場合



【問合先】 ◆ 特定健診については
保険環境課 医療介護保険係 ☎65・1097

◆ 健康づくりについては
健康福祉課 健康推進係 ☎65・0001